



iam

TERAPIAS ACUÁTICAS DEL MEDITERRÁNEO



¿QUÉ ES LA TERAPIA ACUÁTICA?



Desde hace unos años hasta la actualidad, **el trabajo dentro del agua** está tomando un papel muy importante en el campo de la fisioterapia y la rehabilitación, **mejorando los resultados que hasta ahora se obtenían con la fisioterapia** realizada fuera del agua.

Es importante **diferenciarla** de otra gran variedad de actividades que se realizan en el medio acuático, como *la natación terapéutica, aquasalud, acuagym...* que **no están programadas ni dirigidas por profesionales sanitarios**.



La Terapia Acuática es la combinación de la **hidrocinesiterapia** (*ejercicio terapéutico dentro del agua*) y la **fisioterapia convencional** (*termoterapia, electroterapia, cinesiterapia, terapia manual, reeducación postural, escuela de espalda...*). La integración de los dos tipos de fisioterapia es la combinación ideal para obtener resultados altamente satisfactorios en el tratamiento de lesiones.

¿POR QUÉ EL MEDIO ACUÁTICO?

El agua es un medio que como soporte, ayuda y resistencia al movimiento posibilita que los pacientes puedan **comenzar de forma temprana** (pocas horas o días después de producida la lesión o la cirugía) a *practicar ejercicios de movilidad articular, desarrollo de fuerza y resistencia muscular*; esto consigue **acelerar los procesos de recuperación** sobre todo en determinadas patologías y también en fases iniciales, ya que permite el **alivio del dolor** y la disminución del peso corporal, pudiendo comenzar la recuperación y el aumento de cargas antes que en el medio aéreo y con **un menor riesgo de caídas**.



¿COMO AYUDA EL AGUA A LOS PACIENTES?



Los factores físicos de *flotación, viscosidad, densidad del agua, presión hidrostática y temperatura* de la misma, se reúnen en la Terapia Acuática y al **NO** poder ser utilizados por otras terapias fuera del agua, hacen que este tipo de tratamiento cuente con unas **propiedades únicas para la rehabilitación:**

FAVORECEN LA RELAJACION
MITIGAN EL DOLOR
DISMINUYEN LA DEFENSA MUSCULAR
MEJORAN LA CIRCULACIÓN
AUMENTAN LA TOLERANCIA AL EJERCICIO

Un beneficio agregado a la terapia acuática es que consigue involucrar el **uso del cuerpo entero** y no solo de la parte afectada, obteniendo así un *refuerzo de la unidad corporal.*

¿QUIÉN PUEDE BENEFICIARSE DE ELLA?



Cualquiera que padezca una **lesión susceptible de ser tratada con fisioterapia**, así como también **personas incapacitadas o con movilidad reducida**, ya que se les permite moverse y realizar ejercicios en diferentes niveles, imposibles muchas veces de conseguir fuera del agua, ayudando por tanto a *mejorar o mantener su capacidad funcional.*



CENTROS

PISCINA DEL PATRONATO DEPORTIVO MUNICIPAL DE SAN JAVIER

Ctra. Alicante, Km. 24 - SAN JAVIER

Telfs. Contacto: 664 425 015



PISCINA CUBIERTA CENTRO DEPORTIVO MUNICIPAL MEDITERRÁNEO

C/ Coral s/n, Urb. Mediterráneo - CARTAGENA

Telfs. Contacto: 600 008 615/ 664 425 015



CONSULTA DE FISIOTERAPIA

C/ San Patricio nº 10 1ºD. MURCIA (detrás del Ayuntamiento)

Telfs. Contacto: 600 008 615 / 664 425 015



www.terapiasacuaticas.com

Isabel@terapiasacuaticas.com

mariangeles@terapiasacuaticas.com


TERAPIAS ACUÁTICAS
DEL MEDITERRÁNEO